



UNIVERSIDADE DO VALE DO TAQUARI
CURSO DE PSICOLOGIA

**TODOS DE PÉ, PSICODRAMA É AÇÃO:
experimentações em um grupo aberto**

Marina Heemann

Lajeado, junho de 2019

Marina Heemann

**TODOS DE PÉ, PSICODRAMA É AÇÃO:
experimentações em um grupo aberto**

Artigo apresentado na disciplina de Trabalho de Conclusão de Curso II, do curso de Psicologia da Universidade do Vale do Taquari - Univates, como parte da exigência para obtenção do título de Bacharel em Psicologia.

Orientadora: Profa. Ma. Alice Grasiela Cardoso Rezende Chaves

Lajeado, junho 2019

TODOS DE PÉ, PSICODRAMA É AÇÃO: experimentações em um grupo aberto

TODOS DE PIE, PSICODRAMA ES ACCIÓN: ensayos en un grupo abierto

ALL RISE, PSYCHODRAMA IS ACTION: experiments in an open group

RESUMO

Este artigo tem como objetivo relatar a experiência vivenciada por uma das pesquisadoras ao participar de cinco sessões abertas de Psicodrama em um instituto de pós-graduação. Nas sessões psicodramáticas, utiliza-se de três etapas compostas por aquecimento, dramatização e comentários e, a ação espontânea é manifestada de forma diferente para cada participante. A pesquisa caracteriza-se como qualitativa, para a construção da produção dos dados utilizou-se o diário de bordo, assim como para produção de dados utilizou-se método cartográfico. Concluímos que a participação nos grupos e vivência das etapas psicodramáticas tornou-se fundamental para a compreensão da teoria na prática, como também para o reconhecimento do potencial da abordagem e possibilidades de ampliação de atuação no campo da Psicologia.

Palavras chaves: Psicologia. Psicodrama. Grupos. Espontaneidade.

RESUMEN

Este artículo tiene como objetivo relatar la experiencia vivenciada por una de las investigadoras al participar en cinco sesiones abiertas de Psicodrama en un instituto de postgrado. En las sesiones psicodramáticas, se utiliza de tres etapas compuestas por calentamiento, dramatización y comentarios, y la acción espontánea se manifiesta de forma diferente para cada participante. La investigación se caracteriza como cualitativa. Para la construcción de la producción de los datos se utilizó el diario de a bordo, así como para la producción de datos se utilizó método cartográfico. Concluimos que la participación en los grupos y vivencia de las etapas psicodramáticas se tornó fundamental para la comprensión de la teoría en la práctica, así como para el reconocimiento del potencial del abordaje y posibilidades de ampliación de actuación en el campo de la Psicología.

Palabras claves: Psicología. Psicodrama. Grupos. Espontaneidad

ABSTRACT

This article aims to report the experienced by one of the researchers when participating in five open sessions of Psychodrama in a postgraduate institute. In psychodramatic sessions, the three stages used are warm-up, dramatization and commentary, and the spontaneous action is manifested differently for each participant. The research is characterized as qualitative. For the construction of the data production was used the logbook, as well as for the data production was used cartographic method. We found that the participation in the groups and the experience of the psychodramatic stages became fundamental for the understanding of the theory in practice, as well as for the recognition of the potential of the approach and possibilities of expansion of performance in the field of Psychology.

Keywords: Psychology. Psychodrama. Groups. Spontaneity

ATRÁS DE UMA HISTÓRIA

O trajeto é longo e agitado. É segunda-feira e aproxima-se das 18h quando é finalizado o percurso pela BR 386 e ingressamos na Rodovia do Parque. Em meio a isso, buzinas apitavam para todos os lados - os motoqueiros utilizavam-se de uma coragem que naquela hora me faltava. Não estava sendo possível conter-me, o nervosismo estava exposto em meu rosto. Por vezes os sentimentos eram divergentes, isso porque durante uns 20 minutos - em que passávamos pela orla do Guaíba - pude sentir-me na praia e a brisa, que aqui não era do mar, entrava pela janela do carro, e parecia acalmar o clima. E o que estava diante de tudo isso: minha curiosidade em conhecer algo que desconhecia; na verdade eu sequer poderia imaginar o que aconteceria conosco até o relógio marcar meia-noite daquele dia. O Fernando, ao fazer um esforço enorme em me acompanhar, olhava-me desconsolado, ao deparar-se com a enrascada que eu havia nos metido. Não tinha mais volta e lá estávamos nós. Eram aproximadamente 19h15min quando o aplicativo apita informando a chegada ao destino. Respiro fundo e estaciono o carro.

Ainda na calçada ao tocar a campainha, deparo-me com uma mulher de meia idade que, sem manifestar-se, abre o portão, nos dando acesso ao local. Solicita que aguardássemos na sala de espera, que em seguida começaria o aquecimento. Pensei: que aquecimento, se nem está frio? Com um certo nível de deboche olho para ele, e ele me diz: eu não estou entendendo nada disso, e eu respondo: eu sei tanto quanto você. Eu, até então, formulava em meus pensamentos perguntas que dariam estrutura a um questionário, e ela me dizendo que haveria um aquecimento? Naquele momento o ambiente permaneceu em silêncio, entretanto pessoas chegavam a todo instante. Pensava: será que eles também vieram para aquecer-se? Pontualmente às 19h30min, o grupo é direcionado a um auditório para aguardarmos pela diretora. Olhei novamente para ele e questionei: Diretora? Espero poder conversar com ela sobre o meu questionário!

O local pintado na cor verde claro era aconchegante, o chão era forrado de carpete, com luzes ambiente e paredes decoradas com máscaras penduradas, os cantos com almofadas que aos poucos foram sendo selecionadas pelas pessoas que se sentavam em círculo no chão. A diretora, ao chegar, se apresenta e sinaliza: todos de pé, Psicodrama é ação e vocês não vieram para ficar sentados, disse, e assim nos convida para acompanharmos-lhe numa caminhada lenta, que, com o passar dos minutos, aumentava seu ritmo - ao perceber, estávamos correndo. Ao passar por mim, ele diz baixinho: eu não estou entendendo nada disso. Respondo que eu também não, mas lhe digo que obedeça. Ao perceber o cansaço físico, ela orienta: alonguem-se, é necessário que sintam todas as partes de seu corpo. Concomitantemente, torna-se necessário, conforme sua orientação, que gitemos - somente as vogais - no volume de voz maior possível. Eu e o Fernando nos olhávamos - o que queríamos dizer com aquilo, não sei. Diante disso, a ordem é acalmar-se, voltar a andar devagar pela sala, respirando profundamente e focando a atenção para o ar que tocava nossas narinas. A ordem continua sendo acalmar-se, de fato eu não tinha mais fôlego para aquilo - ou não estava preparada para tal atividade. Até que então impressiono-me com seu pedido - agora pense em você, volte-se para as situações que nos últimos dias vêm tomando seus pensamentos. Eu só pensava no que estava acontecendo ali, o que era aquilo, nem lembrava mais da vida que me aguardava logo cedo no dia seguinte ou então, a volta para casa; mas somente após pensarmos em algo estávamos autorizados a voltarmos a nossos lugares iniciais. Então foi solicitado que falássemos sobre o que havíamos pensado. Eu respondi que pensava somente neste momento, pois o meu pensamento estava de fato ali. Ela aceitou. As pessoas que tivessem interesse em dramatizar o que pensava naquele momento poderiam dar um passo à frente. As pessoas que deram o passo a frente deveriam novamente descrever de forma breve seus sentimentos - assim como a leitura do título de uma notícia. Como o Psicodrama é ação, de forma corporal, deveríamos nos posicionar atrás da

história de que tivéssemos o interesse de presenciar a dramatização, a pessoa que obteve o maior número de participantes em suas costas, é escolhido para dramatizar. Desta forma definido o caso, a história representada naquela noite é descrita brevemente.

O PROCESSO DE CONSTRUÇÃO DA PESQUISA

A cena acima diz respeito à experiência de uma das autoras do presente artigo, ao participar de cinco encontros de um grupo aberto de Psicodrama, oferecido mensalmente num instituto de pós-graduação, com duração de aproximadamente duas horas, sem necessidade de inscrição prévia ou pré-requisito, de forma gratuita e dirigido por profissionais da Psicologia. Este trabalho possui como objetivo compreender, através da ação dos participantes de um grupo aberto de Psicodrama, como a técnica psicodramática é realizada na prática e pesquisar de que forma a criatividade e espontaneidade são trabalhadas e vivenciadas numa sessão aberta de Psicodrama.

Este estudo caracteriza-se como qualitativo. Segundo Turato (2005), pesquisas com cunho qualitativo buscam a compreensão dos fenômenos em *setting* naturais, para conhecimento e análise das vivências, como também representações do pesquisador. A construção da produção de dados, neste caso se deu através das escritas realizadas por uma das pesquisadoras em seu diário de bordo. Segundo Santos (2018), o pesquisador é um observador natural analisando os fenômenos que rodeiam o cotidiano e que, através dos registros de informações, passa a dar forma às experiências originárias de estímulos sensoriais.

Para a produção dos dados utilizou-se o método cartográfico. Conforme Costa (2014, p. 70), o cartógrafo pesquisador atua constantemente com o objeto a ser cartografado, contudo ele nunca sabe os territórios e espaços a serem percorridos, e, na decorrência dos encontros, na medida em que os territórios vão sendo habitados é que sua pesquisa ganha corpo. A

pesquisa cartográfica tem como propósito uma prática investigativa que “ao invés de um resultado ou conclusão, procura acompanhar o processo”. O autor estabelece ainda que um elemento fundamental para a pesquisa cartográfica é o encontro, e que tudo é possível de gerar encontros cartográficos, e a importância para o cartógrafo é tudo aquilo que se consegue transportar, levar consigo a partir de um encontro. Desta forma, neste trabalho, a cartografia constitui-se como o método de produção de dados, considerando que o espaço foi sendo constituído a partir da participação de uma das autoras nos encontros dos grupos.

A seguir, adentramos na teoria psicodramática.

Conforme Moreno (2008), a abordagem psicodramática utiliza como foco de intervenção as relações que os indivíduos estabelecem a partir dos grupos em que estão inseridos e busca, através da dramatização, a vivência da realidade, utilizando-se do grupo como foco principal de intervenção. Nessa direção, a proposta do Psicodrama é (re)viver ou (re)criar cenas vividas ou não, ou que estão prestes a ocorrer, e, assim, utilizar-se da espontaneidade para construção das estratégias de enfrentamento das situações problemáticas.

A abordagem psicodramática pode ser utilizada nos mais diversos contextos - clínico, casal, familiar, organizacional ou ambiente escolar - visto que em todos os âmbitos desempenhamos diariamente diferentes papéis. A intervenção ocorre com a dramatização, e através dos papéis desempenhados podem surgir lembranças passadas, como também ensaios para situações futuras, pois algo que ainda não aconteceu pode ser criado a partir da dramatização do Psicodrama. O Psicodrama é dividido em três etapas, são elas: aquecimento, dramatização e comentários (compartilhamento).

O primeiro momento é denominado aquecimento o qual ainda pode ser subdividido em duas etapas: inespecífico e específico. Segundo Neto (1979), aquecimento inespecífico está relacionado com a preparação, relaxamento e aquecimento, ou seja, quando o Psicodrama ocorre em forma de grupo, realiza-se o aquecimento inespecífico para identificação de um

problema em comum, como também o protagonista adequado. O autor ressalta, ainda, que o principal objetivo do aquecimento é fazer com que os estados espontâneos sejam provocados pelas situações do momento, e para a realização desse movimento utiliza-se da mente e do corpo. Podemos identificar esse momento, no relato acima, no instante em que a diretora solicita que a acompanhem, com uma caminhada lenta que, conforme avançava, aumentava seu ritmo e, ao mesmo tempo que estimulava o alongamento do corpo, incentivava a gritarmos somente as vogais - utilizando-se do maior tom de voz possível, até mesmo quando foi solicitada a calma, um andar mais devagar com a atenção voltada para o ar que tocava as narinas. A isto se chama processo de aquecimento e segundo o autor, não é possível a compreensão do processo terapêutico se não levada em consideração a técnica do aquecimento.

O autor destaca que o aquecimento específico é o desdobramento do aquecimento inespecífico, juntamente com a transição entre o aquecimento e a dramatização. Durante o aquecimento inespecífico, está aberta uma infinidade de possibilidades de temáticas a serem trabalhadas naquela sessão e, em consequência desse processo, no aquecimento específico são trabalhadas as relações internas, a fim de selecionarmos uma problemática para dramatização, e assim abordar uma temática específica. Identificamos esse momento no relato acima, no instante em que é solicitado voltarmos o pensamento a si, e nas situações que vêm tomando nossos pensamentos. Como consequência, deveríamos expor ao grande grupo e então as pessoas que possuíam interesse em dramatizar, deveriam posicionar-se a frente.

Segundo Dias (1987), uma vantagem do Psicodrama grupal é o aquecimento mais eficiente, visto que o grupo funciona como uma caixa de afetos presente no contexto terapêutico. Ou seja, torna-se mais fácil manifestar o choro, a tristeza, a raiva ou qualquer outro tipo de afeto se este é desencadeado por uma pessoa e seguido por várias outras

situações, à medida que, no Psicodrama individual a evidenciação dos afetos cabe quase que unicamente ao cliente.

DRAMATIZANDO SENTIMENTOS: a dor das batidas Maria¹ foi escolhida pela maioria a dramatizar a sua cena...

Ao olhá-la na condição de protagonista, pensei que aquele momento, para quem é escolhido a dramatizar, é tomado por um emaranhado de sentimentos - pelo menos eu estava me sentindo assim, ao observar a condução. Para a protagonista, três cenários se misturam e não sendo possível separá-los, a diretora sugere que os represente com almofadas.

Destacavam-se no círculo três almofadas: uma representava a família, outra a vida amorosa e outra a profissão. As almofadas possuíam tamanhos e cores diferente e, ao dar-se conta de que a almofada maior e mais colorida estava representando, sua vida profissional, essa torna-se a escolhida pela protagonista. As almofadas permanecem naquele espaço, e ao focar-se na vida profissional, Maria descreve seus medos, aflições e inseguranças. A partir de seus relatos, tive a sensação de que sua vida profissional possuía uma dimensão

tenebrosa. Mas de onde vinha essa minha sensação? O que causava tanta aflição em Maria, e em nós que a assistimos? Eu, por outro lado, pensava na dificuldade que é descrever nossos sentimentos. A diretora sugere: escolha uma pessoa - Maria olha para todos e aponta. Os sentimentos foram descritos por ela como “fantasmas internos” que a barravam e impediam-lhe de seguir adiante. Eu, mesmo sem entender nada, considerava aquele momento único - a curiosidade não deixava eu desfocar, estava capturada pelo momento. Exposta a situação, a diretora solicita à pessoa escolhida por Maria que bata com uma das mãos nas costas e a outra no peito dela. Acalme-se, as batidas eram fracas - contudo, sentidas intensamente naquele momento, pois Maria deveria sentir o quanto esse medo, aqui representado pelas batidas, a impedia de seguir seus planos de carreira. Naquele momento eu estava sendo

tomada por um sentimento inexplicável. Percebe-se, então que ela não aguenta mais e começa a gritar. A diretora intervém, dizendo: mais alto!, e ela grita, grita o tempo todo até que ela não aguenta e cai no chão, ela agita-se. A diretora continua: grite, coloque seus sentimentos para fora. Emociono-me - olho para o lado e todos estão emocionados. Passados em média 40 minutos em que aquela cena se repetia, e ela ainda espalhada pelo chão, implora: pare, eu não suporto mais. Ao retomar-se, ela reconhece: meus medos só existem em decorrência dos fantasmas internos que eu mesmo alimento. Em seguida, a diretora dá por encerrada a dramatização.

A cena acima relata a segunda etapa, a dramatização. Segundo Neto (1979), essa fase possui como função reconstruir a realidade do indivíduo através dos papéis identificados. O autor destaca ainda que, à medida que se desenvolve a dramatização, cada indivíduo tem a possibilidade de reencontrar-se e reestruturar-se descobrindo coisas sobre si mesmo que a vida não havia lhe mostrado e, em consequência dessa vivência, forma-se um conjunto de sentimentos de alívio através da catarse de integração.

Neto (1979, p. 23) argumenta que “o protagonista interioriza seu pai, sua mãe, sua amante, seu delírio, suas alucinações, e a energia que aí havia invertido morbidamente lhe é devolvida quando ele pode “viver” realmente o papel (...)”, e continua afirmando que, através da inversão de papéis, são descobertos em especial comportamentos sobre nós mesmos que dos quais não havíamos nos dados conta anteriormente. É possível identificar que, para Maria, três cenários se misturavam e não sendo possível separá-los, a diretora sugere que os represente com almofadas. E, dessa forma, Maria escolhe o cenário e o papel (trabalho) a ser dramatizado.

Segundo Dias (1987), o Psicodrama grupal caracteriza-se pela sua eficiência, visto que, além de possibilitar proveito do Psicodrama individual com presença do ego auxiliar, desafia o protagonista a lidar com sua intimidade frente ao público e, dessa forma, o aproxima

das relações da vida real diminuindo a distância entre o vivenciar terapêutico e o vivenciar real.

Segundo Moreno (2008), podemos considerar quatro expressões características da espontaneidade como formas gerais. São elas: qualidade dramática: qualidade das respostas conferidas às novidades e vivacidades, sentimentos, ações e expressões, que são geradas a partir das repetições vivenciadas pelo indivíduo. Quando as manifestações tornam-se rotineiras e nada de novo pode ser criado. Criatividade: qualidade de um indivíduo produtivo que possui enorme potencial de criação. Um indivíduo criativo empenha-se em produzir novas experiências, a fim de transformar o mundo a sua volta. Comprometido num ciclo contínuo de criatividade, possui bons recursos para inteligência, memória e aptidões.

Originalidade: possui um fluxo livre de expressões que sob análise não atingem um conteúdo suficiente. Sua produção possui uma reserva ímpar de reservas culturais. Adequação da resposta: qualidade de um indivíduo criativo, original ou dramático, porém nem sempre tem de modo espontâneo uma resposta adequada a novas situações. A resposta adequada exige oportunidade, imaginação e originalidade.

O autor continua destacando ainda que a espontaneidade pode ser encarada como o mais importante vitalizador pertencente à estrutura humana. Enquanto função dramática, a espontaneidade possui como finalidade unir e fortalecer o eu. Enquanto função plástica, reconsidera o resultado adequado a uma situação nova. Enquanto função criadora, a espontaneidade possui como função cuidar do eu e do meio adequado para ele.

Ainda conforme Moreno (2008), o estado de espontaneidade referido não surge de forma automática, ele deve ser produzido a partir de um ato de vontade, deve surgir de forma espontânea, não sendo criado por uma vontade consciente. Dessa forma, o estado deve manifestar-se para cada pessoa através de uma libertação que, de fato, torna livre seu surgimento da espontaneidade. O autor afirma ainda que é durante o processo de

dramatização que o indivíduo expressa sua espontaneidade e criatividade, possibilitando a (re)criação dos papéis desempenhados no decorrer da vida, representando através da dramatização uma situação real a ser superada.

Cabe neste momento ressaltar a importância das etapas de aquecimento e dramatização, vistas como forma de ativação dos estados espontâneos, considerando que a espontaneidade está em todos nós, contudo deve ser ativada - assim como uma luz que precisa ser acesa para visualizarmos os móveis da sala. Considerando o caso de Maria, ao sentir as batidas em suas costas e em seu peito, uma dor intensa tomava aquele momento, tornava-se necessária uma forma de sanar a dor manifesta-se uma forma de libertação o surgimento da espontaneidade, e para Maria, a forma encontrada foi ao implorar: pare, eu não suporto mais.

Para Moreno (2008), o Psicodrama proporciona uma forma diferente de terapia, pois o processo de dramatização possibilita ao paciente desenvolver mecanismos de enfrentamentos, contando com o auxílio de ego-auxiliar (aqui representado pelas batidas), com a finalidade de que o olhar esteja voltado para o (eu) durante a dramatização. Além disso, oportuniza a proposta de autonomia para que o indivíduo aprenda a lidar com um cenário desordeiro de uma forma mais pacífica, e como consequência possibilita que sejam criados ambientes originais ou de conforto conforme for a necessidade, tornando-se um campo lúdico que facilita a fluidez da espontaneidade na construção de uma resolução para a demanda daquele momento.

Segundo os autores Gonçalves, Wolff e Almeida (1988), a prática psicodramática assenta-se sobre o tripé: contextos, instrumentos e etapas. Destacam que os instrumentos são os meios utilizados para dramatização e execução das técnicas psicodramáticas, sendo constituídos pelos seguintes instrumentos: cenário, protagonista, diretor, ego-auxiliar e público. Cada instrumento possui uma finalidade específica.

O Cenário constitui-se conforme a necessidade de dramatização do diretor e protagonista, e é construído de forma imaginária, utilizando-se de linhas, cadeiras, almofadas e mesas que irão representar o ambiente que pode ser um consultório, uma casa ou uma cidade, por exemplo. É fundamental que todos os participantes compreendam esse espaço para que haja o entendimento da dramatização. Já o Protagonista é o sujeito que emerge a ação dramática, representando os sentimentos que atravessam o grupo. O Diretor coordena a sessão, promovendo o aquecimento do grupo, além de possuir a empatia de procurar juntamente com o protagonista o ego-auxiliar para compartilhar a dramatização. Deve estar atento à interação do protagonista em relação ao processo de dramatização, e na fase de compartilhamento conduz a compreensão da cena vivida. Por outro lado, o Ego-auxiliar está diretamente interagindo em cena com o protagonista, facilitando diretamente a catarse. À medida que está envolvido, facilita os *insights* por parte do protagonista, por reproduzir em cima o ponto de vista de alguém que dela participa; e o Público, por fim, é constituído por um conjunto de participantes que compartilham os comentários na fase posterior à dramatização. Suas falas são extremamente importantes para a terapia do protagonista, pois colaboram funcionando como uma caixa de ressonância, tornando-se o protagonista coletivo.

NÃO FALE DOS OUTROS, FALE DE VOCÊ: o compartilhar

Um intenso silêncio está instalado. Ela sinaliza a importância daquele momento tanto para nós, que assistimos, quanto para a pessoa que o realizou. Somos convidados a falarmos sobre os nossos sentimentos e percepções diante da cena - ressaltando que não deve haver qualquer tipo de julgamento, inclusive que a fala não deve ser destinada a ela, mas sim a nós. Fiquei confusa, mas me arrisco, iniciando assim: estamos acostumados a ver. Ela prontamente me corrige: você não deve falar dos outros, fale de você, na primeira pessoa. Ao pensar, inicio novamente: eu estou acostumada a ver... a sinalização rápida dela mexeu

comigo. Fiquei um tanto quanto comovida ao dar-me conta de que refiro meus sentimentos aos outros - esse foi um exercício importante para todas as pessoas que ali se encontravam. A oportunidade de fala foi aberta a todos que naquele momento sentiam-se à vontade, enquanto o personagem principal da história acima apenas escutava - agradecendo pelos comentários trazidos. Às 21h30min finalizadas as falas, termina o encontro. Todos agradecem e seguem de volta aos seus lares.

A cena acima relata a terceira e última etapa do Psicodrama, os comentários ou compartilhamento. No Psicodrama de grupos, neste momento amplia-se a temática explicitada pelo protagonista, especificada em relação aos membros do grupo e ao funcionamento do grupo como um todo. Conforme Neto (1979, p.28), o protagonista torna-se um “porta-voz”, ou seja, a dramatização se faz em torno de um só indivíduo, mas, para criador do Psicodrama, os comentários são a parte da sessão dedicada ao “drama do grupo”, destacando que eles possuem uma função importante: a de marcar a relação da temática explicitada no contexto encenado com o contexto social, isto é, com as situações reais que vivem os indivíduos que compõem o grupo. É possível considerar esse momento ainda mais impactante, visto que fomos convidados a expressarmos ao grupo nossos sentimentos, sem qualquer tipo de

juízo. Me arrisquei e disse: estamos... ela prontamente me corrigiu: você não deve falar dos outros, fale de você. Sinto-me um tanto quanto comovida ao dar-me conta de que os meus sentimentos são referidos aos outros (por um instante penso), o que para mim estava naturalizado e com o forte posicionamento dela foi possível identificar.

Conforme Neto (1979), através dos comentários finais da sessão, sucede-se a situação concreta, favorecendo uma tomada de decisão frente à mesma “após todo um processo de explicitação dramática dessa mesma realidade” (p.29), permitindo mais uma etapa para domínio de uma maior capacidade de autodeterminação e consequentemente maior liberdade. Contudo, em decorrência da vivência de cada etapa do Psicodrama, a espontaneidade vai

surgindo em formatos e tempos diferentes para cada indivíduo, não funcionando senão no momento em que surge graças a tudo que se torna diferente.

Para Moreno (2008), o momento tem um significado para o universo aberto, ou seja, um universo disposto a mudanças e novidades. Nos universos fechados, não é possível existir o momento “e”, e conseqüentemente na sua ausência não há crescimento, espontaneidade e criatividade. A mudança deve ser estimulada no sujeito, e a proposta da abordagem psicodramática é de fato essa, que cada indivíduo possa deixar uma porta aberta à espontaneidade, ao novo, ao momento, ao mundo, reanimando um mecanismo que quando criança era muito estimulado, a curiosidade de novos momentos.

No caminho para casa, questiono o que Fernando achou da enrascada que eu havia nos metido. Ele, ao respirar fundo, respondeu: como é difícil lidar com os sentimentos das pessoas, acho que eu não conseguiria trabalhar com isso. Penso um pouco e respondo: pode não parecer, mas a vida cotidiana é delicada. Voltamos para casa em segurança, com a certeza de que todo o esforço foi recompensado.

FECHAMENTO

Identificar a possibilidade de participação em um grupo aberto de Psicodrama foi fundamental para compreensão de como a teoria é vivenciada na prática. Com isso, foi possível a identificação do potencial da abordagem na resolução de conflitos e manejo de situações inesperadas.

Pesquisar sobre esta temática significou ampliar as possibilidades de atuação no campo da Psicologia, com a inclusão/inserção de uma abordagem pouco conhecida e utilizada, contudo que apresenta potencialidades no tratamento psicológico. Sugiro, assim, que continuem sendo realizados estudos relacionados a ela a fim de potencializar o campo de atuação do fazer da Psicologia.

REFERÊNCIAS

COSTA, Luciano Bedim da. Cartografia: uma outra forma de pesquisar. **Revista Digital do LAV**, Santa Maria, v. 7, n. 2, p. 66-77, mai./ago. 2014. Disponível em: <https://periodicos.ufsm.br/revislav/article/view/15111/pdf_1>. Acesso em: 09 maio 2019.

DIAS, Victor R. C. Silva. **Psicodrama teoria e prática**. 4.ed. São Paulo: Ágora, 1987.
GONÇALVES, Camila, Salles; WOLFF, José Roberto; ALMEIDA, Wilson Castello de. **Lições de Psicodrama: Introdução ao pensamento de J.L. Moreno**. São Paulo: Editora Ágora, 1988
MORENO, J.L. **Psicodrama**. 16. ed. São Paulo: Cultrix, 2008.

NETO, Alfredo Naffah. **Psicodrama descolonizando o imaginário**. [S.l.]: Brasiliense, 1979.
SANTOS, Alan Ferreira dos. Diário de Bordo: Relatórios de uma prática investigativa da subjetividade e do mundo objetivo. **Rev. Psicologia.pt**. 2018. Disponível em: <<http://www.psicologia.pt/artigos/textos/A1173.pdf>>. Acesso em 08 maio 2019.

TURATO, Egberto Ribeiro. Métodos qualitativos e quantitativos na área da saúde: definições, diferenças e seus objetos de pesquisa. **Rev. Saúde Pública** [online], [S.l.], v. 39, n. 3, p. 507-514, 2005. ISSN: 0034-8910. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rsp/v39n3/24808.pdf>>. Acesso em:01 maio 2019.

NOTAS DE RODAPÉ

1 Nome fictício utilizado para representar a protagonista